



**KARYA TULIS AKHIR**

**HUBUNGAN POLA TIDUR DENGAN PERKEMBANGAN EMOSI PADA  
ANAK USIA 6-8 TAHUN**

**OLEH**

**SORAYA FADHILAH**

**201310330311050**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**2017**

HASIL PENELITIAN

**Hubungan Pola Tidur Dengan Perkembangan Emosi Pada Anak**

**Usia 6-8 Tahun**

**KARYA TULIS AKHIR**

Diajukan kepada

Universitas Muhammadiyah Malang untuk memenuhi

salah satu persyaratan dalam menyelesaikan

Program Sarjana Fakultas Kedokteran

Oleh:

Soraya Fadhilah

201310330311050

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**2017**

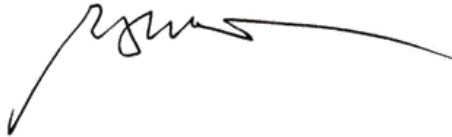
## LEMBAR PENGESAHAN

### LAPORAN HASIL PENELITIAN

Telah disetujui sebagai hasil penelitian untuk memenuhi persyaratan pendidikan sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang

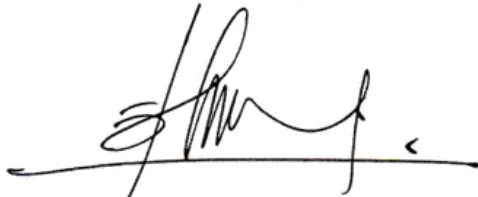
Tanggal: 5 April 2017

Pembimbing I



dr. Bambang Mulyawan, Sp. A

Pembimbing II



dr. Febri Endra Budi Setyawan, M.Kes

Mengetahui,

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang

Dekan,



dr. Irma Suswati, M.Kes

**KATA PENGANTAR**  
**بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ**

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh,

Puji syukur ke hadirat kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir sarjana kedokteran dengan judul “Hubungan Pola Tidur Dengan Perkembangan Emosi Pada Anak Usia 6-8 Tahun”

Penulis berharap tugas akhir ini dapat memperkaya wawasan serta dapat memberikan kontribusi dalam ilmu pengetahuan khususnya dibidang kesehatan.

Terimakasih saya sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu saya dalam menyelesaikan penelitian ini, tanpa bantuan dan semangat yang diberikan tidaklah mungkin bagi penulis dapat menyelesaikan penelitian ini tepat pada waktunya.

Terimakasih kepada pembimbing saya, dr Bambang Mulyawan, Sp. A dan dr Febri Endra B.S, M. Kes yang telah bersedia meluangkan waktu dengan sepenuh hati serta kesabaran dalam membimbing dan membantu penulis menyelesaikan tugas akhir ini

Akhir kata, kritik dan saran selalu penulis harapkan untuk penyempurnaan usulan penelitian ini agar semakin baik.

Waalaikumsalam Warahmatullah Wabarakatuh

Malang, 5 April 2017

Penulis

## UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillah puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT serta sholawat dalam salam saya haturkan kepada junjungan kita Rasulullah Muhammad SAW yang telah menyampaikan petunjuk kehidupan yang benar, dan tak lupa saya sampaikan rasa terimakasih kepada:

1. Kedua orangtua tercinta atas doa-doa yang mengalun pada setiap langkah penulis serta perhatian yang begitu besar. Terimakasih telah memotivasi, menafkahi, mencintai dan mendidik sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini
2. Drs H. Fauzan, M. Pd selaku rektor Universitas Muhammadiyah Malang
3. dr. Irma Suswati, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang yang telah memberikan kepercayaan dan semangat kepada penulis untuk menyusun tugas akhir ini.
4. dr. Moch. Ma'roef, Sp. OG., selaku Pembantu Dekan I Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang atas kesediaan waktu dan penyampaian ilmu yang sangat bermanfaat bagi masa depan para mahasiswa FK UMM
5. dr. Rahayu, SpS., selaku Pembantu Dekan II Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang yang senantiasa bersabar dalam membimbing dan mengajarkan ilmunya kepada kami
6. dr. Iwan Sys Indrawanto, Sp.KJ., selaku Pembantu Dekan III Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang yang penuh semangat dalam menyampaikan ilmu dan motivasi yang membangkitkan semangat kami selama menjalani pendidikan di Fakultas Kedokteran
7. dr Bambang Mulyawan, Sp. A, selaku pembimbing 1, atas kesabaran, kebaikan hati, serta kesediaan dalam meluangkan waktu dalam membimbing hingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.

8. dr. Febri Endra B.S, M. Kes, selaku pembimbing 2, atas kesabarannya dalam membimbing dan senantiasa memberikan semangat, sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
9. dr. Mochamad Bahrudin, Sp. S, selaku penguji, yang telah memberikan saran perbaikan tugas akhir ini sehingga menjadi lebih baik.
10. Seluruh dosen FK UMM yang telah membekali banyak ilmu, pengalaman, dan nasihat selama ini
11. Seluruh staf TU dan laboran FK UMM atas bantuan yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini
12. Kepala sekolah dan staff dari Madrasah Ibtidaiyah Negeri 1 Malang
13. Kepala sekolah dan staff Sekolah Dasar Muhammadiyah 9 Malang
14. Rekan-rekan semua yang telah memberikan dukungan dan bantuan sehingga terselesaikannya karya tulis akhir ini
15. Semua pihak yang terlibat langsung maupun tidak langsung yang tidak mampu penulis sebutkan satu-persatu, terimakasih atas dukungan dan doanya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih banyak kekurangan pada penyusunan tugas akhir ini. Sehingga penulis sangat mengharapkan masukan dari berbagai pihak. Semoga tugas akhir ini bermanfaat bagi semua pihak. Aamiin.

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	iv
LEMBAR PENGUJI.....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
ABSTRAK.....	ix
<i>ABSTRACT</i> .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR SINGKATAN .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Manfaat Akademis .....	5
1.4.2 Manfaat Klinis .....	5

1.4.3 Manfaat Masyarakat .....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....	6
2.1 Pola Tidur.....	6
2.1.1 Pengertian Tidur .....	6
2.1.2 Tipe Tidur.....	6
2.1.2.1 Tidur Gelombang Lambat.....	6
2.1.2.2 Tidur REM.....	6
2.1.3 Tahapan Tidur .....	9
2.1.3.1 Fase Non-REM .....	9
2.1.3.2 Fase REM.....	11
2.1.4 Pola Tidur.....	12
2.1.4.1 Kualitas Tidur .....	12
2.1.4.2 Kuantitas Tidur .....	14
2.2 Perkembangan Emosi.....	14
2.2.1 Perkembangan .....	14
2.2.1.1 Pengertian .....	14
2.2.1.2 Aspek Perkembangan .....	15
2.2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi.....	17
2.2.2 Emosi.....	18
2.2.2.1 Pengertian .....	18
2.2.2.2 Fungsi Emosi .....	18
2.2.2.3 Pengelompokkan Emosi .....	19
2.2.2.4 Mekanisme Emosi.....	20
2.2.2.5 Perkembangan Emosi Pada Usia Anak Sekolah.....	21



2.2.2.7 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Emosi .....	23
2.3 Hubungan Antara Pola Tidur Dengan Perkembangan Emosi .....	26
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEP .....</b>	<b>32</b>
3.1 Kerangka Konsep .....	32
3.2 Hipotesis.....	36
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN.....</b>	<b>37</b>
4.1 Jenis Penelitian.....	37
4.2 Tempat dan Waktu Penelitian .....	37
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....	37
4.3.1 Populasi .....	37
4.3.2 Sampel.....	37
4.3.3 Karakteristik Sampel .....	37
4.3.3.1 Kriteria Inklusi .....	37
4.3.3.2 Kriteria Eksklusi .....	37
4.4 Variabel dan Definisi Operasional .....	38
4.4.1 Variabel Bebas .....	38
4.4.2 Variabel Terikat.....	38
4.5 Definisi Operasional.....	39
4.6 Instrumen Penelitian.....	45
4.7 Prosedur Penelitian.....	45
4.8 Analisis Data .....	45
4.9 Jadwal Penelitian.....	46

BAB 5 HASIL DAN ANALISI PENELITIAN .....	47
5.1 Deskripsi Karakteristik Responden .....	47
5.1.1 Jenis Kelamin .....	47
5.2 Pola Tidur .....	48
5.3 Perkembangan Emosi .....	49
5.4 Analisis Penelitian .....	50
BAB 6 PEMBAHASAN .....	53
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN .....	60
7.1 Kesimpulan .....	60
7.2 Saran .....	61
DAFTAR PUSTAKA .....	62
LAMPIRAN .....	69

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 5.1 Frekuensi Jenis Kelamin Siswa MIN 1 Malang dan SD Muhammadiyah 9 Malang .....	47
Tabel 5.2 Frekuensi Pola Tidur Siswa MIN 1 Malang dan SD 9 Muhammadiyah Malang .....	48
Tabel 5.3 Frekuensi Komponen-Komponen Pola Tidur Siswa MIN 1 Malang .....	48
Tabel 5.4 Frekuensi Komponen-Komponen Pola Tidur Siswa SD Muhammadiyah 9 Malang .....	48
Tabel 5.5 Frekuensi Perkembangan Emosi Anak Pada Siswa MIN 1 Malang dan SD Muhammadiyah 9 Malang.....	49
Tabel 5.6 Frekuensi Komponen-Komponen Perkembangan Emosi Anak Pada Siswa MIN 1 Malang.....	49
Tabel 5.7 Frekuensi Komponen-Komponen Perkembangan Emosi Anak SD Muhammadiyah 9 Malang .....	50
Tabel 5.8 <i>Cross-tabulation</i> Jam Pembelajaran dengan Perkembangan Emosi .....	50
Tabel 5.9 Hasil Uji Komparasi Chi-Square .....	51
Tabel 5.10 <i>Cross-tabulation</i> Pola Tidur dan Perkembangan Emosi .....	51
Tabel 5.11 Hasil Uji Korelasi Koefisien Kontingensi.....	51

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konsep .....	32

## DAFTAR SINGKATAN

BSR	: Bulbar Synchronizing Region
EEG	: Electroencephalography
NREM	: Non Rapid Eye Movement
MIN	: Madrasah Ibtidaiyah Negeri
PSQI	: The Pittsburgh Sleep Quality Index
REM	: Rapid Eye Movement
SAR	: Sistem Aktivasi Retikuler
EMG	: Electromiography

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kuisioner Penelitian .....	69
2. Rekapitulasi Data Hasil Penelitian.....	77
3. Hasil Analisis Korelasi dan Komparasi SPSS .....	93
4. Dokumentasi Peneltian.....	95
5. Surat Perizinan Penelitian .....	96

## DAFTAR PUSTAKA

- Alimul A, Hidayat, 2007, *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*, Salemba Medika, Jakarta
- Arifin Arief R., Ratnawati, Burhan Erlina, 2010, *Fisiologi Tidur dan Pernapasan*, Departemen Pulmonologi dan Ilmu Kedokteran Respirasi FKUI, Jakarta
- Assefa Samson Z, Diaz-Abad Montserrat, Wickwire Emerson M, *et al*, 2015, *The Function of Sleep*, Neuroscience AIMSPress, Vol. 2, No. 3, Hal. 155-171, Baltimore
- Baglioni Chiara, Spiegelhalder Kai, Lombardo Caterina, *et al*, 2010, *Sleep and Emotion: A Focus On Insomnia*, Sleep Medicine Reviews, vol 14, Hal. 227-238, German
- Baharuddin, 2010, *Pendidikan dan Psikologi Perkembangan*, Ar-Ruzz Media, Jogjakarta
- Boysan Murat, 2016, *Developmental Implications of Sleep*, Sleep and Hypnosis A Journal of Clinical Neuroscience and Psychopathology, Turkey
- Cortese Samuele, Ivanenko Anna, Ramtekkar Ujjwal, *et al*, 2014, *Sleep Disorders in Children And Adolescents*, IACAPAP Textbook of Child and Adolescent Mental Health, Hal. 2-9, UK
- Cooper Janice L., Masi Rachel, Vick Jessica, 2009, *Social-emotional Development in Early Childhood*, National Center for Children in Poverty, California.

Cordts Katrina M. Poppert, Gayes Laurie A, 2016, *Taking Charge of Your Child's Sleep A Parent's Guide to Sleep Hygiene, Habits and Patterns*, Hal. 1-5, USA

Danielsson Nanette, 2013, *Disturbed Sleep And Emotion: Development Perspective*, Orebro University

Deliens Gaetane, Gilson Medhi, Peigneux Philippe, 2014, *Sleep and The Processing Of Emotions*, Springer-Verlag Berlin Heidelberg, Jerman

Durlak Joseph A, Weissberg Roger P, Schellinger Kriston B, *et al*, 2011, *The Impact of Enhancing Student's Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Intervention*, Child Development, Vol 82, No. 1, Hal. 405-432, Chicago

El-Sheikh Mona, Buckhalt Joseph A, Cummings Mark, *et al*, 2007, *Sleep Disturbances and Emotional Insecurity Are Pathways Of Risk For Children*, Journal of Child Psychology and Psychiatry, Vol. 48, No. 1, Hal. 88-96, USA

Fairholme Christopher P., Manber Rachel, 2015, *Sleep, Emotions, and Emotion Regulation: An Overview*, Department of Psychiatry and Behavior Sciences, Stanford University, USA

Fosse Hedvik E, Pallesen Stale, Hysing Mari, *et al*, 2011, *Time in Bed, Sleep Sufficiency and Emotional and Behavioral Problem a General Population of 10-12 Years Old Children*, The Open Sleep Journal, Hal. 29-35, Norwegia



Gregory AM, Noone DM, Eley TC, *et al*, 2010, *Catastrophizing and Symptoms Of Sleep Disturbances In Children*, J Sleep Res, Vol. 19, Hal. 175-182, Israel

Gregory Alice M, Sadeh Avi, 2013, *Annual Research Review: Sleep Problems In Childhood Psychiatric Disorders-A Review Of The Latest Science*, The Journal Of Child Psychology And Psychiatry, Vol. 53, No. 3, Hal. 296-317, Israel

Gujar Ninad, Yoo Seung-Schik, Hu Peter, *et al*, 2010, *The Un-Rested Resting Brain: Sleep-Deprivation Alters Activity Within The Default Network*, J Cogn Neurosci, Vol. 22, No. 8, Hal. 1637-1648, USA

Japardi Iskandar, dr , 2002, *Gangguan Tidur*, Fakultas Kedokteran Bagian Bedah Universitas Sumatera Utara, Indonesia

Kahn Michal, Sheppes Gal, Sadeh Avi, 2013, *Sleep and Emotions: Bidirectional Links and Underlying Mechanism*, International Journal of Psychophysiology, Vol. 89, Hal. 218-228, Israel

Kuswandi Iwan, 2012, *Full Day School dan Pendidikan Terpadu*, Jakarta

Lerner Jeniffer, Li Ye, Valdesolo Piercarlo, *et al*, 2014, *Emotion and Decision Making*, The Annual Review of Psychology, California

Meltzer Lisa J, PhD, Avis Kristin T, PhD, Biggs Sarah, PhD, *et al*, 2013, *The Children's Report of Sleep Patterns (CRSP) : A Self-Report Measure of Sleep for School-Aged Children*, Journal of Clinical Sleep Medicine, Vol. 9 No. 3, Australia

Mufidati Khusnul, 2013, *Full Day School an Terpadu*, Surabaya

- Natalita Christine, Sekartini Rini, Poesponegoro Hardiono, 2011, *Skala Gangguan Tidur untuk Anak (SDSC) Sebagai Instrumen Skrining Gangguan Tidur pada Anak Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama*, Sari Pediatri, Vol. 12, No.6, Hal. 365-372, Jakarta
- Nurmalitasari Femmi, 2015, *Perkembangan Sosial Emosi pada Anak Usia Prasekolah*, Buletin Psikologi, Vol. 23, No. 2, Hal. 103-111, Yogyakarta
- Ohayon Maurice M, Vecchierini Marie-Francoise, 2005, *Normative Sleep Data, Cognitive Function and Daily Living Activities in Older Adults in the Community*, Sleep, Vol. 28, No. 8, Hal. 981-989, Paris
- Owens Judith A., MPH, 2008, *A Clinical Overview of Sleep and Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in Children and Adolescents*, Associate Professor of Pediatrics, Warren Alpert Medical School of Brown University, USA
- Paavonen E. Julia, Raikkonen Katri, Lahti Jari, *et al*, 2009, *Short Sleep Duration and Behavioral Symptoms of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in Healthy 7 to 8 Year Old Children*, Departments of Psychology and Physiology University of Helsinki, Vol. 123, No. 5, Finlandia
- Patmonodewo S, 2008, *Pendidikan Anak Pra Sekolah*, Rineka Cipta, Jakarta
- Perogamvros Lampros, Schwartz Sophie, 2013, *Sleep and Emotional Functions*, Department of Psychiatry Geneva University, Switzerland
- Rieffe Carolien, Oosterveld Paul, Miers Anne C, 2008, *Emotion Awareness and Internalising Symptoms In Children and Adolescents: The Emotion Awareness Questionnaire Revised*, Personality and Individual Differences, Netherlands.

- Saarni Carolyn, PhD, 2011, *Emotional Development in Childhood*, Encyclopedia on Early Childhood Development, USA
- Sadeh Avi, DSc, 2004, *A Brief Screening Questionnaire for Infant Sleep Problems: Validation and Findings For an Internet Sample*, Pediatrics, Vol. 113, No. 6, Hal. 570-577, Amerika
- Sadeh Avi, Raviv Amiran, Gruber Reut, 2000, *Sleep Patterns and Sleep Distruption in School-Age Children*, Developmental Psychology, Vol. 36 No. 3, Hal. 291-301, US
- Sekartini Rini, Adi Nuri Purwito, 2006, *Gangguan Tidur pada Anak Usia Bawah Tiga Tahun di Lima Kota di Indonesia*, Sari Pediatri, Vol. 7, No. 4, Hal. 188-193, Indonesia
- Shala Merita, 2013, *The Impact of Preschool Social-Emotional Development on Academic Success of Elementary School Students*, Psychology Department, Vol. 4 No. 11, Hal. 787-791, Kosovo
- Sinta Dewi, Nursasi Astuti Yuni, 2010, *Gangguan Pola Tidur dan Prestasi Belajar Pada Anak Usia Sekolah 9-12 Tahun*, Universitas Indonesia
- Soedjatmiko, 2001, *Deteksi Dini Gangguan Tumbuh Kembang Balita*, Sari Pediatri, Hal. 88-175
- Soffer Nirit-Dudek, Sadeh Avi, Dahl Ronald E., et al, 2011, *Poor Sleep Quality Predicts Deficient Emotion Information Processing Over Time in Early Adolescence*, Sleep, Vol. 34, No. 11, Hal. 1499-1508, California
- Sotres Francisco-Bayon, Bush David E.A, LeDoux Joseph E., 2004, *Emotional Perseveration: An Update on Prefrontal-Amygdala Interactions in Fear Extinction*, Cold Spring Harbor Laboratory Press, USA

Smith Melinda, Robinson Lawrence, Segal Robert, 2012, *How Much Sleep Do You Need?*, UK

Syaodih Ernawulan, Dr. M.Pd, 2008, *Perkembangan Anak Usia Dini (Usia 6-8 Tahun)*, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung

Tanjung MF Conny, Sekartini Rani, 2004, *Masalah Tidur pada Anak*, Sari Pediatri, Vo. 6, No. 3, Hal. 138-142

The Parent Line, 2008, *Sleep: An Important Part of Healthy Development*, Vol. 9, No.5 <<http://extension.oregonstate.edu/lincoln/familycare/fcc.php>>

Twiss Jacob dr, Widger John dr, 2016, *The Role of Sleep in Early Childhood Development*, Research Review Educational Series

Volkow Nora D, Wang Gene-Jack, Telang Frank, *et al*, 2009, *Sleep Deprivation Decreases Binding of [<sup>11</sup>C] Raclopride to Dopamine D<sub>2</sub>/D<sub>3</sub> Receptors in the Human Brain*, The Journal of Neuroscience, Vol. 28, No. 34, Hal. 8454-8461, New York

Walker Matthew P., 2009, *The Role of Sleep in Cognition and Emotion*, Sleep and Neuroimaging Laboratory, Department of Psychology & Helen Wills Neuroscience Institute, Hal. 185-192, California.

Walker Matthew P, Els van der Helm, 2009, *Overnight Therapy? The Role of Sleep in Emotional Brain Processing*, American Psychological Association Vol. 135, No. 5, Hal. 731-748, Berkeley

Wolfson Amy R, Carskadon Mary A, 2003, *Understanding Adolescents' Sleep Patterns And School Performance: A Critical Appraisal*, Sleep Medicine Reviews, Vol. 7, No. 6, Hal. 491-506, USA

- Yunus Yusniar, Fatimah, Anggraini Hadiah, 2013, *Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Tidur Pada Anak Usia 1-5 Tahun Yang Terpasang Infus Di RS Akademis Jaury Jusuf Putera Makassar*, Vol. 2, No. 3, Makassar
- Zohar D, Tzischisnky O, Epstein R, *et al*, 2005, *The Effects of Sleep Loss On Medical Residents Emotional Reactions to Work Events: A Cognitive-Energy Model*, Sleep, Vol. 28, No. 1, Hal. 47-54, Israel